



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Ancona
www.caiancona.org info@caiancona.org



Programma CICLOESCURSIONI 2019

Mountain Bike
Mountain Bike

Data	Cicloescursione	Difficoltà
Domenica 12 maggio	Serrapetrona Intersezionale CAI Fermo	MC/MC
Domenica 9 giugno	Giornata dei Parchi Monte Cucco Intersezionale CAI Pesaro	MC/BC
Dal 13 al 16 giugno	XII Raduno Nazionale Cicloescursionismo Verbania – Lago Maggiore	varie
Domenica 7 luglio	Raduno Regionale Marche Fioritura di Castelluccio	MC/MC
Sabato 3 e domenica 4 agosto	Anello di Campo Imperatore Intersezionale CAI Fermo	MC/MC
Domenica 29 settembre	Monte del Doglio Intersezionale CAI Pesaro	MC/BC
Domenica 13 ottobre	Memorial Vincenzo Rastelli Monte Conero Intersezionale CAI Potenza Picena	MC/MC
Domenica 27 ottobre	Colfiorito e Rasiglia	MC/MC

Info ed iscrizioni:

Referente: ASE-C Matteo Braccacini (347.4923840) e-mail: mattbra@libero.it

La partecipazione alle cicloescursioni è riservata ai soci CAI in regola con il tesseramento annuale. A scopo promozionale anche i non soci possono partecipare previa attivazione, in fase di iscrizione presso la sede sociale, dell' assicurazione contro gli infortuni personali.

* per le difficoltà si fa riferimento alla scala CAI contenuta nel *Quaderno di Cicloescursionismo*, 1° edizione 2012, n.11 dei Quaderni di Escursionismo

SCALA DELLE DIFFICOLTA' CICLOESCURSIONISTICHE

Sede: via Veneto 10 Ancona - 071.200466 - mercoledì e venerdì 18,30 – 20,00

TC	<p>(turistico) percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile.</p> <p>Rientrano sotto questa sigla tutti i percorsi che si svolgono su strade agevolmente percorribili dalle comuni autovetture: sterrati inghiaciati, tratturi inerbiti o di terra battuta senza solchi, ecc.; anche se esulano dal cicloescursionismo, si faranno rientrare sotto questa sigla le strade pavimentate (asfaltate, cementate, acciottolate, lastricate...).</p>
MC	<p>(per cicloescursionisti di media capacità tecnica) percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole.</p> <p>Tutte le strade rientranti nelle categorie di tratturi, carrarecce, piste agro-silvo-pastorali o di servizio a impianti, strade militari alpine ecc., che sono agevolmente percorribili da veicoli fuoristrada e non da una comune autovettura, segnate da solchi e/o avvallamenti o con presenza di detrito che non penalizza la progressione (ma che induce a cambiare la traiettoria per cercare un passaggio più agevole).</p> <p>Mulattiere selciate, sentieri inerbiti o in terra battuta, con fondo compatto e scorrevole, senza ostacoli (solchi, gradini) rilevanti, dove l'unica difficoltà di conduzione è data dalla presenza di passaggi obbligati che impongano precisione di guida.</p>
BC	<p>(per cicloescursionisti di buone capacità tecniche) percorso su sterrate molto sconnesse ed accidentate o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici).</p> <p>Strade sterrate percorribili solo ed esclusivamente da veicoli fuoristrada, dal fondo sconnesso ed irregolare, con solchi e piccoli gradini.</p> <p>Mulattiere e sentieri che presentano un fondo sconnesso, con detrito instabile, e con occasionali e modesti ostacoli elementari (radici, gradini non molto alti, avvallamenti); mulattiere e sentieri che presentano un fondo abbastanza compatto ma con presenza significativa di ostacoli elementari, radici o gradini non troppo elevati. In generale, oltre ad una buona conduzione e precisione di guida in passaggi obbligati, è anche richiesto un discreto equilibrio.</p>
OC	<p>(per cicloescursionisti di ottime capacità tecniche) come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli.</p> <p>Mulattiere e sentieri dal fondo sconnesso ed inconsistente, caratterizzati da detrito abbondante e grossolano, penalizzante la progressione, con presenza di frequenti ostacoli anche instabili (es. grossi ciottoli non fissati al terreno) oppure di ostacoli compositi e in rapida successione, che richiedono grande precisione di guida, buone doti di equilibrio e ottime capacità di conduzione a bassa velocità, senza peraltro la necessità di dover applicare tecniche trialistiche.</p>

Si raccomanda di prendere visione delle regole e dei contenuti del **Quaderno di Cicloescursionismo**, 1° edizione 2012, n.11 dei Quaderni di Escursionismo, scaricabile sul sito della Commissione Centrale Escursionismo (CCE) del CAI: <http://www.cce.cai.it/i-quaderni.html>

Il regolamento di Cicloescursionismo della sezione è scaricabile dal sito www.caiancona.org